



Practicum

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

**RED DE COLEGIOS
SEMPER ALTIUS**

Créditos

Equipo de la Oficina Central Red de Colegios Semper Altius

María de Lourdes Clariond Domene
Directora Nacional

Mónica García de Luca
Directora Académica

Claudia Gabriela Sosa Díaz
Gerente Académica de Preescolar

Angelina Álvarez Alfeiran
Gerente académico sección Primaria

Fabiola Velázquez Nolasco
Gerente académico sección Secundaria

Índice

PRESENTACIÓN **Pág. 4**

Introducción **Pág. 4**

2. Abordaje metodológico **Pág. 6**

2.1 Recomendaciones para implementar la forma apropiada a este programa **Pág. 7**

3. Evaluación **Pág. 8**

3.1 Técnicas e instrumentos de evaluación **Pág. 8**

PROGRAMAS DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES **Pág. 9**

a. Autoconocimiento **Pág. 9**

b. Autoregulación **Pág. 15**

c. Autonomía **Pág. 21**

d. Empatía **Pág. 27**

e. Habilidades Sociales **Pág. 33**

CIERRE **Pág. 42**

ANEXOS **Pág. 44**

REFERENCIAS **Pág. 48**

PRACTICUM

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

La educación socioemocional es parte fundamental de la formación integral.

Prevención y desarrollo deberían ser dos palabras claves de la educación en general y de la tutoría en particular.

La educación socioemocional contribuye a la formación integral de la persona para crear la mejor versión de sí mismo y ser capaz de generar bienestar personal y social. El desarrollo emocional complementa y presupone al cognitivo, el primero suele estar ausente en la práctica educativa. La educación socioemocional surge como respuesta a necesidades emocionales que no están suficientemente atendidas en el aprendizaje.

La educación emocional, reconoce saber qué son las emociones, cómo manejarlas y el impacto de estas en la vida. Las emociones son respuestas complejas del organismo de las cuales hay que tomar conciencia para regularlas de forma apropiada, haciendo posible el bienestar emocional y el pleno desarrollo, que es lo que más deseamos en esta vida.

Las competencias emocionales son las que más trabajo cuesta desarrollar, de hecho, forman parte de un proceso que dura toda la vida y que requiere de un enfoque secuencial a lo largo de los ciclos educativos, es decir, de una didáctica específica que aborde conocimientos y habilidades propios de la edad; la educación socioemocional es, además, un tema transversal en el cual está implicado el profesorado de todas las materias, a lo largo de los cursos académicos. Cuando se habla de educación socioemocional hay que tener presente que, en el fondo, hay dos grandes objetivos: el desarrollo de las competencias emocionales y la creación de climas emocionales favorables al bienestar. Las personas que gozan de bienestar son las menos propensas a implicarse en comportamientos de agresión y violencia, por lo tanto, es una forma de prevención primaria.

Al ser la educación un proceso que implica una constante interacción con otras personas y por lo mismo un desgaste emocional fuerte, es necesario tomar conciencia sobre la atención y manejo de emociones que necesita el profesorado para que pueda haber una auténtica educación. Por lo anterior, el docente es el primer destinatario de la educación socioemocional y es quién debe poner un énfasis especial en la emoción subyacente tras los procesos educativos: lo que nos pasa por dentro y condiciona nuestro comportamiento¹.

El analfabetismo emocional se manifiesta de múltiples formas: conflictos, violencia, ansiedad, estrés, depresión, etc. Solamente la regulación de la ira como estrategia para la prevención de la violencia ya justificaría dedicar tiempo, esfuerzo y formación a la educación emocional. “Conócete a ti mismo” que es una llamada de atención sobre la importancia del autoconocimiento.

¹ Educación proviene de educere que significa sacar fuera lo que se lleva dentro. Emocional, de emoción, que significa ex moveré, mover hacia fuera. El doble sentido de profundizar en lo que uno lleva dentro y sacarlo hacia fuera resume el profundo sentido de la educación emocional.

Esta educación socioemocional impregna el carisma de la Red de Colegios Semper Altius, ya que desde el ideario se plantea su importancia para alcanzar los objetivos plasmados en el modelo educativo y pedagógico y que se hacen visibles en los siguientes números:

35. Para formar en la madurez se necesita también una pastoral del corazón, o sea, una pedagogía de la afectividad y de la sensibilidad que enseñe la belleza del amor. Dentro de esta pastoral del corazón es fundamental: - La formación para la contemplación estética y la creatividad. - La cooperación con los padres de familia en el campo de la educación afectivo-sexual. - La educación en el arte del compañerismo y la amistad.
36. La pastoral del corazón conlleva también enseñar la debida valoración de la corporeidad, en coherencia con la concepción del ser humano como una unidad de alma y cuerpo. Es decir, ver el cuerpo como parte de la persona misma y revestido por tanto de una alta dignidad, conscientes de que, a través de la corporeidad, la persona humana se expresa a sí misma y entra en relación de amor con los demás.
37. Uno de los objetivos en la pastoral del corazón es introducir a los alumnos en el arte del compañerismo y de la amistad. Saber ser buenos compañeros de todos y cultivar verdaderas amistades son aprendizajes esenciales para la vida que hemos de fomentar en el colegio (Ideario del colegio del Regnum Christi, 2015, p.12).

Dentro del modelo pedagógico de la Red de Colegios Semper Altius, se hace evidente la importancia de la educación socioemocional en el proceso formativo de los alumnos, impactando a toda la comunidad educativa. Los beneficios de la educación emocional se manifiestan principalmente en progresos significativos en el alumnado en cuestiones como:

- Desarrollo de competencias sociales y emocionales.
- Mejora de actitudes hacia uno mismo, hacia los demás y hacia la escuela.
- Comportamiento positivo en clase.
- Mejora del clima académico y social de la clase.
- Reducción del comportamiento disruptivo.
- Mejora del rendimiento académico.
- Potencia el desarrollo de las funciones ejecutivas.

En este sentido, hay una disminución en cuestiones como:

- Problemas y conflictos derivados de las relaciones humanas.
- Problemas de comportamiento.
- Agresividad y violencia.
- Ansiedad y estrés. (Casel Research, 2020)

Es importante diferenciar entre inteligencia emocional, competencias emocionales y educación emocional, como se muestra en la figura 1.



Figura 1. Cuadro de conceptos de inteligencia, competencias y educación emocional. García de Luca, M. 2020) ²

2. Abordaje metodológico

En el marco del modelo pedagógico de personalización del aprendizaje de la Red de Colegios Semper Altius, la educación socioemocional cobra gran relevancia ya que tiene por objeto que el educando propicie su bienestar personal y coadyuve al bienestar social, con un enfoque didáctico preventivo, mediante un proceso continuo y permanente, a lo largo de los doce grados de la educación básica; su función es ofrecer recursos y estrategias para que niños y adolescentes cuenten con las habilidades emocionales para enfrentar las experiencias de la vida cotidiana en su tránsito hacia la edad adulta. Así mismo, fomenta el perfeccionamiento de actitudes positivas y la mejora de las habilidades sociales de empatía.

Según la SEP (2016), la educación socioemocional:

Favorece la resiliencia, contribuye a potenciar el desarrollo cognitivo, reduce el riesgo de vulnerabilidad, aumenta los pensamientos, sentimientos y conductas constructivas y reduce las negativas. Al fortalecer el sentido de comunidad y apoyo mutuo y ocuparse de las necesidades de todos los educandos, aporta elementos para el buen desempeño de la educación inclusiva. Se apoya en una perspectiva educativa que tiene en cuenta al niño en su totalidad, establece prácticas de enseñanza que involucran a todos los alumnos e incluye a la familia como protagonista indispensable en el proceso educativo de sus hijos.

El programa de educación socioemocional en secundaria, como lo menciona SEP (2016), busca la comprensión de los procesos de aprendizaje en los diversos ámbitos de estudio a fin de que el tutor sepa reconocer las dificultades que puede enfrentar un alumno en cada uno de los espacios curriculares que cursa, así como que cuente

2. Inteligencia emocional: es un constructo hipotético propio del campo de la psicología.

Competencias emocionales: énfasis en la interacción entre persona y ambiente, y como consecuencia confieren más importancia al aprendizaje y desarrollo.

Competencias profesionales o específicas: Cada profesión tiene sus competencias específicas, se relacionan con el saber y el saber hacer necesarios para el desempeño experto de una actividad profesional.

con las estrategias para apoyarle. La intención es que cada alumno logre identificar la naturaleza de su propio proceso de aprendizaje, con sus fortalezas y áreas de oportunidad, para que pueda conocerlo, regularlo y aplicarlo para generar bienestar a lo largo de su vida.

El programa de educación socioemocional:

- Favorece que tanto el docente como los alumnos asuman una postura basada en el respeto a la dignidad de la persona y los derechos humanos y que valoren el diálogo para la solución pacífica de conflictos.
- Fortalece la formación de cada alumno, mediante el acompañamiento del docente, en los aspectos educativo, social y emocional, así como a través del apoyo para que desarrolle las habilidades sociales y las capacidades necesarias para la mejora de su logro educativo.
- Pretende el desarrollo en los alumnos de su capacidad de elegir un estilo de vida saludable y de construir un proyecto de vida sustentado en sus metas y valores.
- Reconoce la importancia del acompañamiento continuo para el logro educativo y para que los alumnos asuman la responsabilidad en su proceso de formación, autoevalúen sus logros, definan estrategias para mejorar su aprendizaje y establezcan compromisos personales y colectivos.
- Pretende crear conciencia en el alumno sobre la importancia del cuidado de la casa común y la atención a los menos favorecidos de su comunidad.
- Se reconoce como creatura amada y creada a imagen y semejanza de Dios y actúa en consecuencia.
- Reconoce la posibilidad de trascender a través de un liderazgo de acción positiva.

2.1 Recomendaciones para implementar de forma apropiada este programa

- Adecuar el nivel educativo del alumnado al que va dirigido el programa.
- Tomar en cuenta las características y realidad del grupo con casos y ejemplos a los que el alumno pueda dar sentido personal y que sean significativos para la mayoría.
- Favorecer procesos de reflexión y regulación sobre las propias emociones y las emociones de los demás.
- Con base en las vivencias y experiencias de los alumnos, cuidar la intencionalidad de las acciones para favorecer el contexto donde se propicie el desarrollo de competencias emocionales.
- Abordar las situaciones en tercera persona para poder hablar del hecho y experiencia de la emoción y no de la persona para no violentarla. El docente, si lo considera conveniente, puede exponer su propia experiencia. Si se ha creado un clima de mutua confianza, se podrá invitar al alumnado para que exponga, voluntariamente, quienes lo deseen, experiencias personales de carácter emocional.
- Debe ser eminentemente práctica y reflexiva; derivar en acciones para impactar en un plan de vida personal a mediano y corto plazo.
- Emplear la metodología de la intervención, conviene tener presente la teoría de aprendizaje social de Bandura, que pone el énfasis en el rol de los modelos en el proceso de aprendizaje³.
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones, lo que permite tomar conciencia de las mismas, dar ejemplo y ser empático.
- Identificar las emociones de los demás.
- Denominar las emociones correctamente.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Aumentar el umbral de tolerancia a la frustración.
- Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Desarrollar competencias para la resiliencia.
- Aprender a fluir.

3. Sugiere la inclusión del modelado como estrategia de intervención. Los modelos influyen en las actitudes, las creencias, los valores y los comportamientos del alumnado.

3. Evaluación

Se hace referencia a la evaluación de competencias socioemocionales.

En este ámbito lo importante no es la evaluación numérica pero sí tomar en cuenta el desarrollo de cada uno de los niños, por lo tanto, la Red de Colegios Semper Altius considera su valoración cualitativa ya que es un medio para que la persona se vaya desarrollando integralmente, con base en un plan de mejora personal y continuo. Al final se pretende formar alumnos que quieran ser la mejor versión de sí mismos.

Hay que tomar en consideración la conveniencia de evaluar competencias desde la perspectiva ecológica y sistémica, ligada a la realidad del contexto donde se desenvuelve la actividad. La forma de hacer una evaluación auténtica con base en los comportamientos manifestados por el alumnado en las situaciones de la vida cotidiana. Entre las alternativas a las pruebas de papel y lápiz están el portafolios, la evaluación de 360 grados, la evaluación entre iguales, la observación del comportamiento, la entrevista.

3.1 Técnicas e instrumentos de evaluación

Si realmente queremos una educación para la vida, conviene tenerlo claro y avanzar hacia una evaluación del desarrollo integral de la persona, para ello se proponen los siguientes instrumentos.

- 1. LAS GUÍAS DE OBSERVACIÓN:** permiten tomar registro de situaciones individuales y grupales (descriptivos y anecdóticos) para valorar la consecución de los objetivos de aprendizaje.
- 2. LA ESCALA DE VALORACIÓN:** pondera los indicadores de logro de los aprendizajes alcanzados (por ejemplo: Logrado o En proceso); este tipo de instrumento puede ser utilizado para apreciar los logros grupales o individuales.
- 3. PORTAFOLIOS:** el alumno demuestra sus conocimientos y sus competencias en un área de aprendizaje (Mabry 1999). Es un proceso multidimensional de coleccionar evidencias que ilustren los logros, los esfuerzos y progresos de un alumno con un objetivo determinado a lo largo de un periodo de tiempo (Gillespie, Ford, Gillespie & Leavell, 1996: 487 in Davies & leMahieu, 2003).

Por ello y dado la relevancia que tiene el proceso del desarrollo de las competencias socioemocionales, se ha diseñado un programa para los alumnos desde preescolar hasta secundaria con el enfoque del Modelo Pedagógico de la RCSA, se parte de dos competencias claves, una que alude al ámbito intrapersonal y la otra la interpersonal, para el trabajo de estas durante este periodo de tiempo.

Competencias claves:

- Se **conoce y comprende** la forma en que los acontecimientos impactan en su vida, así mismo **reconoce en otros** la forma en que se comportan ante estos y emplea mecanismos de **regulación autónoma** para procurar su **bienestar** y el de otros.
- Autogestiona** y **gestiona** situaciones de **bienestar personal** y **prosociabilidad** potenciando su desarrollo personal, social y académico, con un **sentido de trascendencia** como elemento constitutivo de su **proyecto de vida**.

Programa de habilidades socioemocionales

a. Autoconocimiento

Competencia que atiende:

1. Se conoce y comprende la forma en que los acontecimientos impactan en su vida, así mismo reconoce en otros la forma en que se comportan ante estos y emplea mecanismos de regulación autónoma para procurar su bienestar y el de otros.

Ámbito:

Autoconocimiento.

Definición del ámbito:

El autoconocimiento es la capacidad de conocerse y comprenderse a sí mismo, tomar conciencia de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno.

Aprendizajes esperados del ámbito:

Que el estudiante:

- Identifique, reconozca y nombre sus estados afectivos y los de los demás y evalúe cómo, al expresarlos, afecta a otros.
- Identifique los elementos que detonan sus estados afectivos y su reacción ante los mismos.
- Desarrolle los procesos de atención, de autoconsciencia, de identificación, almacenaje, retención y análisis de información sobre sí mismo.

Funciones del ámbito:

El autoconocimiento le permite:

- Reconocer fortalezas, limitaciones y potencialidades propias.
- Apreciar y agradecer lo que es (la propia existencia).
- Identificar condiciones internas y externas que promueven el propio bienestar.
- Identificar y expresar los sentimientos y emociones propios y de los otros a través de un lenguaje verbal y no verbal.
- Distinguir aquello que coadyuva en el desarrollo de las funciones ejecutivas del pensamiento.
- Comprender los acontecimientos que detonan sentimientos y emociones.

Sub-ámbitos del autoconocimiento:

1. Atención
2. Conciencia de las propias emociones
3. Autoestima
4. Aprecio y gratitud
5. Bienestar

Autoconocimiento: 1. Atención	Capacidad para focalizar voluntariamente la actividad mental y de los sentidos a un determinado estímulo interno o externo para estar presente y consciente en el aquí y ahora en un estímulo en particular.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Presta atención, en cortos periodos de tiempo, a lo que dicen los demás.	Es consciente de que puede prestar atención y sostenerla de manera voluntaria durante un tiempo determinado.	1º Reconoce estados de ánimo, qué los provoca y cómo se manifiestan. 2º Reconoce estados de ánimo, qué los provoca y cómo se manifiestan: fisiológica, conductual y cognitivamente.	3º Identifica las sensaciones corporales asociadas a las emociones afectivas y aplica estrategias para regresar a la calma y enfocarse. 4º Identifica el momento en que pierde la atención y pone los medios para enfocarse y recuperarla.	5º Aprende estrategias que le permiten generar, mantener y recuperar la atención para realizar acciones con consciencia y atención plena. 6º Es consciente de los factores internos y externos que influyen en sus procesos de aprendizaje y toma de decisiones y es capaz de mantener el enfoque, durante un tiempo determinado, de centrarse en el aquí y ahora.	1º Selecciona las estrategias personales que le permiten atender de una manera consciente y plena a las situaciones que se le presentan. 2º Valora el efecto de la atención en su proceso de aprendizaje, desarrollo e interrelaciones y lo pone al servicio de los demás. 3º Es consciente de su capacidad para cambiar sus pensamientos, transformarlos a positivos y promueve su bienestar a través de la conciencia plena.

Autoconocimiento: 2.Consciencia de las propias emociones	Capacidad para percibir, contemplar y reflexionar con precisión, sobre los propios sentimientos y emociones, identificarlos, etiquetarlos y analizar su impacto en las decisiones y conductas.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Empieza a reconocer las distintas emociones.	Identifica y nombra sus emociones y las de los demás.	1º Reconoce y nombra las distintas emociones y el efecto que le causan. 2º Identifica la relación entre pensamientos y acciones que provocan emociones y su conexión orgánica.	3º Identifica la conexión orgánica producida por las diferentes emociones, como afectan su conducta y capacidad de pensar con claridad analizando sus causas y consecuencias. 4º Distingue entre emociones que le generan malestar o bienestar en diferentes contextos.	5º Analiza episodios emocionales que ha vivido, el estado de ánimo que le producen, considerando elementos como causas, experiencias, acciones y consecuencias. 6º Evalúa la influencia que tienen las emociones y estados de ánimo, en sí mismo y en los demás y cómo afectan el tipo de interacciones que establece.	1º Reconoce sus motivadores, necesidades, intereses, deseos, emociones y pensamientos e identifica sus causas y efectos. 2º Describe las características sensoriales, fisiológicas de las emociones, y emplea estrategias que le permiten tener una visión más amplia y objetiva de su personalidad y patrones habituales de conducta con el fin de prevenir ciertas reacciones y favorecer experiencias de bienestar. 3º Analiza las consecuencias que tienen los estereotipos y prejuicios prevalentes sobre la expresión de emociones en hombres y mujeres, en su propia expresión emocional y en su contexto sociocultural, transformándolos mediante una alfabetización emocional.

Autoconocimiento: 3. Autoestima	Capacidad de comprenderse y reconocerse, lo que le permite tener una imagen positiva de sí mismo, estar satisfecho y mantener buenas relaciones consigo y con los demás.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Se reconoce como persona y como hombre y mujer.	Reconoce y expresa características personales: su nombre, cómo es físicamente, qué le gusta, qué no le gusta, qué se le facilita y qué se le dificulta y que es diferente a los demás.	1º Identifica sus dificultades y es capaz de pedir el apoyo de otros para superarlas. 2º Identifica sus fortalezas personales y las pone al servicio de los demás.	3º Reconoce y aprecia sus fortalezas, es capaz de ponerlas al servicio de los demás, aprender y superar retos. 4º Reconoce y sabe enunciar cuando hay algo que no sabe o se le dificulta y muestra apertura para aprender, pedir ayuda o recibir realimentación.	5º Examina y aprecia su historia personal, contexto cultural y social consciente de que gracias a ellos es lo que es. 6º Analiza los retos, dificultades o limitaciones personales y de su comunidad, y los percibe como oportunidades para ayudar, crecer y mejorar.	1º Reconoce y acepta que la persona es un ser perfectible, que comete errores, los cuales le permiten aprender y crecer. 2º Manifiesta con sus comportamientos que se respeta, se quiere y se ama, lo que lo salvaguarda de las actitudes y relaciones destructivas. 3º Analiza la influencia que los mensajes, explícitos e implícitos de los otros, de las redes sociales y el entorno, provocan en la imagen de sí mismo, en sus deseos y valores, tomando conciencia de lo que es realmente importante para él, actuando en consecuencia.

Autoconocimiento: 4. Aprecio y gratitud	Capacidad de generar relaciones sanas, equilibradas y proactivas, de disfrutar su existencia, la belleza del entorno; así como de asombrarse ante su vida y la de los demás.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Agradece a las personas que cuidan de él.	Agradece a las personas por el amor que se manifiesta en el cuidado de su persona y que lo ayudan a obtener lo que necesita.	1º Agradece y aprecia su vida y su entorno, así como a las personas que le rodean y lo cuidan. 2º Aprecia y reconoce el esfuerzo que supone el realizar tareas en casa y en el colegio y valora el apoyo que le brindan.	3º Reconoce y aprecia las oportunidades y aspectos positivos que existen en su vida y da gracias por ello. 4º Comprende y aprecia la importancia de la reciprocidad para alcanzar objetivos propios y colectivos y el bienestar que esta le produce.	5º Valora las opciones y oportunidades que posee para desarrollarse, estudiar y ser una agente de cambio positivo. 6º Reconoce sus talentos y los de otros, es capaz de conjuntarlos e intencionalmente, retribuir a su comunidad por todo lo que ha recibido.	1º Aprecia y agradece su vida, la de las personas que lo rodean y cuidan, las oportunidades que se le brindan, siendo capaz de disfrutar y mantener un sano equilibrio. 2º Aprecia y valora la casa común y en agradecimiento cuida de ella. 3º Aprecia y se alegra por las cualidades y logros de otros, y retribuye la bondad de los demás con acciones y expresiones de gratitud.

Autoconocimiento: 5. Bienestar	Capacidad para generar intencionalmente espacios y situaciones que les permitan regular sus emociones, crear vínculos saludables consigo mismo y con los demás, llevar una vida con significado y sentido positivo y proactivo.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce aquello que le produce malestar y busca apoyo para lograr el bienestar.	Reconoce y nombra las cosas o situaciones que le producen malestar y las que le producen bienestar por lo que comienza a crear condiciones para regular las primeras y mantener las segundas.	1º Identifica su deseo de estar bien, y expresa qué necesita para lograrlo en la escuela y en la casa. 2º Reconoce y expresa qué acciones y situaciones le generan bienestar y malestar en diferentes contextos, las emociones que le provocan, identificando el componente neurofisiológico, comportamental y cognitivo.	3º Reconoce cuándo las emociones ayudan a aprender y a estar bien, y cuándo dañan las relaciones y dificultan el aprendizaje. 4º Identifica, nombra y genera situaciones de bienestar y las aplica como estrategia para manejar el conflicto o situaciones problemáticas.	5º Pone en práctica, de manera consciente, estrategias para experimentar bienestar, a pesar de las circunstancias adversas. 6º Valora y promueve vínculos e interacciones basados en la empatía y colaboración lo que le produce bienestar a corto, mediano y largo plazo y resignifica aquello que le genera malestar.	1º Es capaz de enunciar las características de lo que le produce bienestar promoviendo un consenso para generar reglas de convivencia y pro-sociabilidad que le permitan crear vínculos saludables. 2º Asume la responsabilidad sobre su bienestar y lo expresa al cuidar de su cuerpo y su mente, aplicando estrategias para lograrlo en el corto, mediano y largo plazo. 3º Se involucra en actividades que contribuyen al bienestar personal, familiar, entre amigos, noviazgo, escuela y comunidad con un compromiso social.

b. Autorregulación

Competencia que atiende:

1. **Conoce y comprende** la forma en que los acontecimientos impactan en su vida, **reconoce en otros** la forma en que se comportan ante estos y emplea mecanismos de **regulación autónoma** para procurar su **bienestar** y el de otros.

Ámbito:

Autorregulación.

Definición del ámbito:

La autorregulación es la capacidad de aceptar, manejar, gestionar y evaluar los pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, en pro del bienestar personal, de una sana convivencia y la prosociabilidad.

Aprendizajes esperados del ámbito:

Que el estudiante:

- Acepte, valide y comprenda sus estados afectivos, identificando, en cada uno de ellos, los tres componentes: neurofisiológico, comportamental y cognitivo, para modificar su conducta.
- Exprese las emociones de forma apropiada con la finalidad de comprender que el estado emocional interno, no necesariamente corresponde con la expresión externa, tanto en uno mismo como en los demás.
- Comprenda el papel que juegan los estados afectivos en la vida, su impacto en el comportamiento e interpretación que le da a los acontecimientos y la posibilidad de resignificarlos, para modificar la experiencia.
- Desarrolla estrategias para trabajar y mejorar la atención de los estados afectivos en pro del bienestar personal, de una sana convivencia y la prosociabilidad.

Funciones del ámbito:

La autorregulación le permite:

- Modular los impulsos de las emociones primarias.
- Aprender a tolerar la frustración.
- Perseverar en el logro de objetivos a pesar de las dificultades.
- Afrontar retos y situaciones de conflicto de manera equilibrada.
- Manejar la intensidad y duración de los estados emocionales.
- Desarrollar estrategias para cambiar tu perspectiva y resignificar la interpretación del acontecimiento pasado.
- Generar, de forma voluntaria, acontecimientos que involucren emociones positivas o no aflitivas.
- Tomar conciencia de los componentes neurofisiológicos, comportamentales y cognitivos de las emociones.
- Desarrollar estrategias para fomentar una sana convivencia.
- Evaluar, ante ciertos acontecimientos diarios, el pensamiento, sentimiento y acción para su desarrollo personal.

Sub-ámbitos del autorregulación:

1. Metacognición
2. Expresión de emociones
3. Regulación emocional
4. Autogeneración de emociones
5. Perseverancia

Autorregulación 1. Metacognición	Consiste en la capacidad de aprender a aprender acerca de los sentimientos, las emociones y las pasiones, partiendo de las experiencias vividas, para lograr sentir las, nombrarlas, actuarlas, regularlas y, sobre todo, validarlas en mí y en los demás.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce, con ayuda de la educadora, los 3 sentimientos que generan malestar: ira, miedo y tristeza.	Reconoce, con ayuda de la educadora, el componente neurofisiológico y comportamental de los sentimientos que generan malestar: ira, miedo y tristeza.	1º Reconoce, con apoyo de un mediador, los pasos que siguió en la resolución de un problema, las emociones asociadas a este proceso y el papel de las mismas a favor o en contra de la solución. 2º Explica por sí solo el procedimiento que realizó para afrontar un problema, las emociones asociadas a este proceso y el papel de las mismas a favor o en contra de la solución.	3º Escucha a sus compañeros para enriquecer sus estrategias para la resolución de problemas, identificando los sentimientos que le generan y el manejo personal que hace de los mismos. 4º Identifica su forma de actuar, pensar y afrontar los problemas para evitar que sucedan de nuevo, buscando prevenir el conflicto mediante la comunicación asertiva.	5º Desarrolla estrategias para la resolución de problemas anticipando los posibles retos y sentimientos que se puedan generar. 6º Realiza una autoevaluación de su proceso de resolución de problemas, así como del manejo adecuado de los sentimientos y las emociones para generar el bienestar personal y de los demás.	1º Identifica las estrategias cognitivas y de regulación emocional que favorecen el aprendizaje, describiendo los componentes: cognitivo, neurofisiológico y comportamental. 2º Analiza y evalúa el proceso para llevar a cabo una tarea y las emociones asociadas a la misma, poniendo los medios para lograr el objetivo, a pesar de los sentimientos de malestar que se generan. 3º Reorienta las estrategias cognitivas y de regulación emocional que le permitan alcanzar las metas propuestas así como generar estrategias para el bienestar.

Autorregulación: 2. Expresión de emociones	Capacidad de identificar, nombrar, expresar y validar las propias emociones y las de los demás con respeto y claridad, considerando el aspecto afectivo como fundamental para el desarrollo integral de la persona dentro de su comunidad.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce, con ayuda de la educadora, los sentimientos y emociones básicos y los asocia con el componente comportamental (actuación).	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente, estableciendo causa - efecto.	1º Reconoce el efecto de las emociones en su conducta y en sus relaciones con los demás, identificando los momentos en los que modifica su comportamiento o sentimientos ante determinadas situaciones. 2º Identifica las situaciones que le generan emociones de bienestar y de malestar, y es capaz de compartirlas con los demás de manera asertiva.	3º Identifica cómo el pensamiento modifica el comportamiento y, por ende, la emoción y empieza a hacer prácticas de autorregulación, a través de los componentes neurofisiológicos, comportamentales y cognitivos, para prolongar o acortar un estado de ánimo. 4º Practica formas de expresión emocional para reducir el estado de tensión originado por una emoción que genera malestar, especificando la estrategia o acción realizada para lograr la autorregulación emocional.	5º Practica respuestas emocionales saludables que ayudan a experimentar y comunicar la emoción sin que se genere una situación de conflicto que afecte a los demás, siendo capaz de resignificar su comportamiento para lograr una mejor relación interpersonal. 6º identifica qué sentimientos y emociones generan una situación de tensión, caos o conflicto, así como las acciones que lleva a cabo para regular su comportamiento tratando de responder con tranquilidad, serenidad y aceptación ante las mismas.	1º Valora la importancia de expresar las emociones de forma auténtica (resaltando los componentes neurofisiológico, comportamental y cognitivo), sin exagerar o valerse de estas para conseguir algo. 2º Reconoce la complejidad y discordancia emocional ante diversas situaciones de la vida, siendo capaz de comunicarse con el otro y poniendo los medios para generar un clima de confianza, paz y bienestar en las relaciones interpersonales. 3º Expresa las emociones de malestar con respeto y tranquilidad, dejando claro cuál fue la situación que las detonó; generando un clima de confianza para que los demás también lo puedan expresar.

Autorregulación: 3. Regulación emocional	Capacidad de identificar, gestionar, expresar y validar las propias emociones, generando estrategias puntuales para la regulación de las que producen malestar, destacando los componentes neurofisiológicos, comportamentales y cognitivos logrando acortar los periodos y la intensidad de los mismos.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Aprende a respirar, controlar y relajar su cuerpo como medio de regulación emocional.	Experimenta y nombra los sentimientos básicos regulándolos a través de la respiración, control y relajación de su cuerpo.	1º Utiliza, con apoyo de un mediador, técnicas para el control de impulsos provocados por emociones de malestar, sobre todo neurofisiológicos y cognitivos. 2º Utiliza, de manera autónoma, técnicas de atención y regulación de impulsos provocados por emociones de malestar, señalando cuáles les son más efectivas y funcionales.	3º Reconoce las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos, resaltando los elementos que le producen bienestar y malestar a él y a los otros. 4º Reconoce los pensamientos que generan y refuerzan las emociones de miedo, ira, tristeza y frustración identificando las acciones que le permiten regular estas emociones.	5º Valora la importancia de generar pensamientos asociados a emociones que le producen bienestar, así como las acciones intencionales que debe llevar a cabo para lograrlo. 6º Anticipa los estímulos que conducen a un estado emocional de malestar e implementa estrategias preventivas de regulación para generar un contexto de bienestar.	1º Utiliza la reflexión y el lenguaje interno como estrategia para la regulación autónoma de las emociones. 2º Reconoce acciones, emociones y relaciones destructivas, empleando estrategias para superarlas y solicitando ayuda cuando la necesita. 3º Modela y promueve estrategias de regulación entre sus compañeros y amigos para lograr el bienestar personal y social.

Autorregulación: 4. Autogeneración de emociones para el bienestar	Se desarrolla la capacidad de identificar, expresar y validar las propias emociones, creando estrategias intencionales para la generación de ambientes y contextos de bienestar, destacando que este depende de la persona, su capacidad de acción, adaptación y resiliencia.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Con ayuda de la educadora, reconoce momentos o situaciones que le generan bienestar.	Con ayuda de la educadora, genera y acuerda reglas de convivencia para generar un entorno de bienestar dentro del salón de clases.	1º Identifica las emociones que lo hacen sentir bien a él y a los demás. 2º Reconoce diferentes estrategias de regulación emocional, por ejemplo, el sentido del humor como una estrategia para reducir la tensión interpersonal y generar bienestar.	3º Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación de malestar en el salón de clases, compartiendo las acciones que lleva a cabo para lograrlo. 4º Utiliza estrategias de toma de perspectiva en situaciones de malestar para mantener un estado de bienestar personal y del grupo.	5º Evalúa las diferentes perspectivas sobre una situación de posible conflicto o tensión para generar un estado de bienestar acordado y consensuado con sus compañeros. 6º Evoca emociones positivas para contrarrestar los estados de malestar y alcanzar el bienestar aplicando estrategias intencionales para lograr la regulación emocional.	1º Identifica, de manera objetiva, las condiciones de una situación que provocan una emoción de malestar para prevenirla y conservar un estado de bienestar, tanto de forma personal como con su grupo. 2º Utiliza la auto-crítica, el sentido del humor y el amor a sí mismo para afrontar un conflicto de forma positiva y contribuir a un clima de bienestar en su comunidad. 3º Utiliza las situaciones adversas como oportunidades de crecimiento y las afronta, de manera intencional, con tranquilidad para resolver estas logrando un ganar - ganar.

Autorregulación: 5. Perseverancia	Se desarrolla la capacidad de plantear y lograr objetivos a corto, mediano y largo plazo, regulando los pensamientos y sentimientos que entorpezcan la consecución de los mismos aplazando las recompensas inmediatas, favoreciendo la motivación intrínseca y propiciando situaciones que coadyuven a logro de dichos objetivos.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Con ayuda de la educadora, es capaz de lograr objetivos de corto plazo.	Con ayuda de la educadora, es capaz de lograr objetivos de corto plazoretrasando la recompensa, controlando el impulso e identificando los diferentes sentimientos que se generaron durante el proceso.	1º Muestra capacidad para diferir o aplazar recompensas inmediatas, identificando los beneficios de la espera y la paciencia. 2º Muestra disposición y optimismo ante retos o tareas poco interesantes pero necesarias, haciendo énfasis en los beneficios alcanzados, así como los sentimientos generados durante el proceso.	3º Identifica que se puede aprender del error y la dificultad, y lo vive con optimismo, es capaz de solicitar apoyo si así lo requiere. 4º Analiza los recursos, herramientas y acciones, tanto personales como del contexto que le permiten transformar los retos en oportunidades en bien suyo y de los demás.	5º Valora el esfuerzo prolongado y muestra satisfacción por superar retos planteados en el proceso. 6º Muestra una actitud de cambio hacia el futuro que le permite superar las emociones de malestar generadas por un conflicto presente y es capaz de especificar las acciones que tiene que llevar a cabo para superarlo.	1º Aplica estrategias para lograr sus objetivos, distinguiendo entre el placer inmediato y el bienestar a largo plazo. 2º Reconoce su capacidad para afrontar dificultades o situaciones adversas basado en la confianza en sí mismo y en los recursos de su comunidad, logrando un objetivo común y manifestando el bien mayor que nos une. 3º Valora los logros que ha obtenido, el esfuerzo y paciencia que requirieron, y se muestra dispuesto a afrontar nuevos retos con una visión de largo plazo, tanto de manera personal como con el grupo.

c. Autonomía

Competencia que atiende:

1. Se **conoce** y **comprende** la forma en que los acontecimientos impactan en su vida, así mismo **reconoce en otros** la forma en que se comportan ante estos y emplea mecanismos de **regulación autónoma** para procurar su **bienestar** y el de otros.
2. Autogestiona y gestiona situaciones de **bienestar personal y prosociabilidad** potenciando su desarrollo personal, social y académico, con un **sentido de trascendencia** como elemento constitutivo de su **proyecto de vida** y de su **liderazgo**.

Ámbito:

Autonomía.

Definición del ámbito:

La autonomía es la capacidad para pensar, sentir y actuar tomando decisiones fundamentadas y responsables, buscando el bien para sí mismo y para los demás.

Aprendizajes esperados del ámbito:

Que el estudiante:

- Escuche, analice y pondere los diferentes puntos de vista para la toma de decisiones fundamentadas.
- Asuma, de manera responsable y personal, sus actos y las consecuencias de estos, esforzándose por cumplir normas de excelencia.
- Sea capaz de buscar, crear y aprovechar las oportunidades que se le presentan.
- Tome conciencia de su historia de vida, sus experiencias y su realidad, y las evalúe, comprometiéndose con la consecución de su proyecto de vida buscando su bien personal y el de los demás.
- Maneje, de manera adecuada, la atribución causal; es decir, que haya una pertinencia entre el locus de control interno y el locus de control externo.
- Desarrolle la autoeficacia, es decir, la creencia de que posee, o no, las habilidades para lograr un resultado deseado ante un grupo determinado de actividades.

Funciones del ámbito:

El autonomía le permite:

- Modular los impulsos de las emociones primarias.
- Establecer y alinear las metas personales, grupales y organizacionales, así como crear las estrategias para alcanzarlas.
- Impulsar la iniciativa personal para enfrentar conflictos y proponer soluciones viables usando sus capacidades.
- Aceptar y valorar la propia existencia, única e irrepetible, y, en todo momento, buscando la coherencia entre el pensar, el decir y el actuar.
- Afrontar y resignificar, de manera optimista, las situaciones adversas que la vida puede deparar.
- Reconocer sus logros y celebrarlos.
- Regular la impulsividad, la compulsión y el automatismo.

Sub-ámbitos del autonomía:

1. Iniciativa personal
2. Identificación de necesidades y soluciones
3. Liderazgo
4. Toma de decisiones
5. Autoeficacia

Autonomía: 1. Iniciativa personal	Capacidad para definirse, reconocerse, aceptarse, valorarse y valerse por sí mismo de acuerdo a su edad, asumiendo su responsabilidad en la toma de decisiones y acciones consecuentes.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Aprende a realizar acciones del cuidado de sí mismo tanto en casa como en el colegio.	Realiza por sí mismo acciones de cuidado personal, eligiendo los recursos que necesita para llevarlas a cabo.	1º Asume las responsabilidades y acciones que le ayudan a valerse por sí mismo. 2º Ejerce su capacidad de valerse por sí mismo en el ámbito personal, social y escolar a partir de la práctica de buenos hábitos.	3º Identifica acciones que quiere o necesita realizar para alcanzar un objetivo específico, analizando cómo sus habilidades y capacidades influyen en el logro de los mismos. 4º Argumenta y defiende su punto de vista respecto a las situaciones que le rodean, distinguiendo lo bueno de lo malo, lo verdadero de lo falso.	5º Establece prioridades en la consecución de sus metas, reconociendo, responsablemente, aquellas decisiones que lo benefician o lo perjudican de cara a su autonomía. 6º Genera, de manera autónoma, productos originales de tipo científico, artístico, lúdico y tecnológico, utilizando sus conocimientos y habilidades para bien suyo y de los demás.	1º Define, de manera autónoma, un plan para desarrollar sus fortalezas, responder a una necesidad o abordar un desafío asumiendo la responsabilidad en la toma de decisiones. 2º Evalúa y soluciona situaciones de su entorno inmediato con base en su experiencia y creatividad considerando diferentes puntos de vista y logrando el bien mayor que les une. 3º Asume su protagonismo en la creación de su proyecto de vida y establece metas concretas a corto y mediano plazo responsabilizándose de su futuro posible.

Autonomía: 2. Resolución de problemas	Capacidad de analizar, plantear, reflexionar, proponer, evaluar, reconsiderar y reevaluar una situación problemática específica generando alternativas de solución a la misma.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce cómo puede ayudarse o ayudar a sus compañeros.	Resuelve los problemas que atañen a su cuidado personal en todos los ámbitos.	1º Reconoce situaciones problemáticas que se presentan en el entorno y propone alternativas de solución. 2º Identifica necesidades personales y del entorno inmediato, contribuyendo con posibles soluciones.	3º Reconoce, en las normas de convivencia, un medio para cuidarse a él, a los demás y a su entorno. 4º Analiza las necesidades de su entorno y propone acciones para mejorarlo.	5º Valora cómo sus decisiones y acciones aportan o afectan en la resolución de problemas personales y grupales. 6º Genera estrategias que le permitan hacer uso de diversos recursos para superar obstáculos que surjan en la solución de problemas.	1º Toma conciencia de las influencias o presiones externas que afectan sus pensamientos, acciones y toma de decisiones autónoma y responsable. 2º Resuelve las situaciones problemáticas que afectan sus decisiones en colectivo, considerando los puntos de vista de los demás y siendo consciente de esta influencia, fijando una postura propia. 3º Se reconoce como ciudadano del mundo asumiendo su responsabilidad de mejorarlo, buscando alternativas de solución, en colaboración con los otros, a sus principales problemas.

Autonomía: 3. Liderazgo y apertura	Capacidad de inspirar a otros y vincularse con ellos de manera colaborativa para transformar su entorno, poniendo sus talentos al servicio de los demás.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Aprende a escuchar y jugar con sus compañeros reconociendo que todos tienen algo bueno.	Propone ideas y actividades, a la maestra y a su familia, que desearía llevar a cabo.	1º Elige modelos dignos de ser imitados y actúa en consecuencia. 2º Ayuda a otros a hacerse cargo de sí mismos.	3º Promueve y lleva a cabo ideas y acciones en colaboración con otros, respetando las normas de convivencia y promoviendo una actitud positiva y optimista ante la adversidad y las diferencias. 4º Expresa su punto de vista, y considera el de los demás para mejorar su entorno.	5º Dialoga con sus compañeros para reconocer los errores, hacerse responsable y tomar decisiones en la resolución de los problemas que les afectan. 6º Impulsa iniciativas propias y de otros para alcanzar metas que contribuyan a mejorar aspectos que les atañen.	1º Genera estrategias para movilizar a un grupo en el logro de metas, fomentando la creatividad y el pensamiento disruptivo (pensar fuera de la caja). 2º Se comprende a sí mismo y lo que defiende, está abierto a nuevas alternativas y genera vínculos con otros para promover cambios que mejoren su entorno de manera colaborativa. 3º Es capaz de sacrificarse a favor de algo o alguien y ser ejemplo ante el mundo que le rodea.

Autonomía: 4. Toma de decisiones y compromisos	Capacidad para definir y analizar un problema inter e intra personal, evaluar y elegir alternativas en la toma de decisiones para la resolución del problema buscando la mejora continua.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Identifica a las personas que le pueden ayudar a resolver lo que necesita.	Persiste en la realización de actividades y toma de decisiones para concluir las.	1º Identifica las causas y/o consecuencias de las decisiones que toma en la escuela o en su casa. 2º Identifica cómo las emociones afectan las decisiones que toma en la escuela o en su casa.	3º Toma decisiones en distintos escenarios considerando las consecuencias para sí mismo y los demás. 4º Investiga soluciones para tomar mejores decisiones y así impactar positivamente en su entorno.	5º Sabe elegir un camino entre distintas alternativas que impacte positivamente a los demás, aunque no le beneficie directamente. 6º Evalúa cómo diferentes puntos de vista afectan su proceso de toma de decisión y asume la responsabilidad de la misma.	1º Decide, se compromete y pone en práctica los valores y principios que guían su actuar. 2º Valora el impacto de las decisiones que ha tomado, a partir del efecto a corto y mediano plazo de éstas. 3º Evalúa su habilidad para analizar un problema, generar alternativas responsables y anticipar las consecuencias al tomar decisiones.

Autonomía: 5. Autoeficacia	Capacidad para apreciar las habilidades personales, organizar y llevar a cabo acciones que permitan el logro de las metas establecidas impactando de manera positiva su realidad y la de los demás.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Identifica las cosas que le salen bien.	Identifica las acciones y sentimientos que contribuyen a realizar una tarea.	1º Reconoce, en la ejecución de acciones cotidianas, su capacidad de valerse por sí mismo y de hacerlas bien. 2º Comprende que los hábitos aprendidos impactan en su capacidad de valerse por sí mismo y los pone en práctica todos los días.	3º Reconoce que su capacidad de gestión depende de la práctica y el compromiso con el aprendizaje. 4º Valora sus propias capacidades y edicacia en función de los efectos que tienen los medios que utiliza y las decisiones que toma.	5º Valora su capacidad para plantear, analizar y resolver los problemas a través de la implementación de acciones específicas que reflejen un compromiso por mejorar su entorno y la conciencia de logro. 6º Pone en práctica su capacidad para crear iniciativas conjuntas y mejorar situaciones y/o problemas de su comunidad con base en proyectos específicos y evaluando los medios utilizados.	1º Valora los aprendizajes previos, los fracasos, y su capacidad de reflexión crítica como fortalezas que determinan su sentido de autoeficacia. 2º Utiliza su capacidad para generar explicaciones y alternativas de solución para anticipar buenos resultados a las metas establecidas por él mismo o en comunidad. 3º Reconoce y valora su capacidad de logro y la pone al servicio de los demás.

d. Empatía

Competencia que atiende:

1. **Conoce** y **comprende** la forma en que los acontecimientos impactan en su vida, así mismo **reconoce en otros** la forma en que se comportan ante estos y emplea mecanismos de **regulación autónoma** para procurar su **bienestar** y el de otros.

Ámbito:

Empatía.

Definición del ámbito:

La empatía es la habilidad fundamental para construir relaciones interpersonales sanas y enriquecedoras, que nos permite reconocer y legitimar las emociones, sentimientos y necesidades de otros desde su perspectiva.

Empatía espiritual**Aprendizajes esperados del ámbito:**

Que el estudiante:

- Reconozca los sentimientos y perspectivas de otros.
- Comprenda a los demás, percibiendo sus sentimientos y perspectivas e interesándose activamente en sus preocupaciones.
- Reconozca las similitudes y diferencias individuales y grupales.
- Ayude a los demás a desarrollarse, estableciendo lazos de colaboración y procurando satisfacer sus necesidades.
- Interprete las corrientes emocionales de un grupo y sus relaciones de poder.
- Sea capaz de ver, sentir y actuar, compasivamente, ante los demás.

Funciones del ámbito:

El empatía le permite:

- Cultivar la afinidad con una amplia diversidad de personas.
- Respetar a los demás, aceptando y valorando las diferencias individuales y grupales, y considerando los derechos de todas las personas.
- Identificar y practicar los cuatro tipos de empatía: la cognitiva, la emocional, la espiritual y mostrar preocupación empática.
- A partir del autoconocimiento, reconocer en sí mismo y en los demás su dignidad como personas y el derecho a ser tratados con respeto.
- Desarrollar estrategias de comunicación cuando esta se realiza a través de un dispositivo electrónico.

Sub-ámbitos del empatía:

1. Bienestar y trato digno
2. Tomar perspectiva
3. Reconocer prejuicios
4. Sensibilidad y apoyo a otros
5. Cuidado de otros

Empatía: 1. Bienestar y trato digno	Es la capacidad de reconocer el valor de cada persona sin excepción, por su condición de ser humano y, en consecuencia, como merecedora de cuidado, atención a sus necesidades y respeto, procurando de manera intencional sentimientos de bienestar.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Da muestras de sus emociones y, con ayuda de la educadora, las vincula con sus acciones y gestos.	Identifica sentimientos y sensaciones propios y de los demás y actúa en consecuencia.	1º Nombra cómo se siente cuando una persona lo trata bien o mal y solicita lo que necesita para resolver la situación. 2º Reconoce cómo se sienten sus compañeros cuando alguien los trata bien o mal, mostrando preocupación empática y apoyándolos para expresarlo de una manera adecuada.	3º Identifica señales verbales, físicas y situacionales que indican cómo se pueden sentir los otros, siendo capaz de pedir, recibir y ofrecer ayuda, y de explicar las emociones que surgen al apoyar y ser apoyado. 4º Reconoce las emociones, acciones y situaciones, que benefician o dañan a otros, entablando un diálogo para validar la información y actuar en consecuencia.	5º Analiza situaciones y acciones que afectan o favorecen el bienestar de niños y niñas al recibir un trato digno, cuidado, amor, procurando una empatía cognitiva al intercambiar ideas, pensamientos, etc. 6º Es capaz de entender el sentir de los otros, diferenciándolo del propio, dando soporte y contención, produciendo bienestar en los demás.	1º Comprende las razones del trato digno a la persona y crea situaciones y acciones para combatir el maltrato, buscando el bienestar de otros y de sí mismo. 2º Promueve la cultura de la paz respetando el valor de la diversidad entendiendo las diferencias y provocando acuerdos a través del diálogo. 3º Valora la cultura de la paz manteniéndola y promoviéndola, y se convierte en agente de cambio cuando esta no es una realidad en su entorno.

Empatía: 2. Tomar perspectiva	Es la capacidad de identificar las emociones de otras personas, así como de comprender puntos de vista, necesidades e intereses distintos, los cuales pueden ser contrarios a los propios y llegar a acuerdos.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1°, 2° primaria	3° Y 4° primaria	5° y 6° primaria	Secundaria
Indicador de logro	Identifica que ante los sentimientos que generan malestar (tristeza, miedo y enojo), reacciona y puede afectar a los demás.	Expresa cómo se siente en una situación de desacuerdo e identifica la emoción que le produce.	1° Reconoce, en una situación de desacuerdo, que el otro puede tener sentimientos diferentes a los propios, los respeta y abre posibilidades de acuerdo. 2° Comprende lo que sienten los demás en situaciones de desacuerdo, propone puntos de acuerdo, los respeta y los lleva a cabo.	3° Comprende las diferentes ideas, sentimientos y acciones y puede repetir con sus propias palabras el punto de vista de otros, en situaciones de conflicto. 4° Escucha con atención los puntos de vista de los demás en situaciones de desacuerdo o conflicto, evaluando las ideas que se proponen para llegar a acuerdos.	5° Contrasta las razones, sentimientos, valores y creencias que subyacen en una situación de desacuerdo o conflicto procurando el bien mayor que los una. 6° Valora y toma una postura ante las acciones e ideas de los involucrados en situaciones de desacuerdo o conflicto.	1° Escucha con atención a las personas, valida los sentimientos de los otros y argumenta distintos puntos de vista, tanto en acuerdo como en desacuerdo. 2° Analiza las consecuencias de posturas cerradas frente a posturas de diálogo durante situaciones de desacuerdo o conflicto que le permiten tomar conciencia como agente de cambio buscando el bien mayor que les une. 3° Valora las oportunidades de conocer las ideas de otros, de dar la razón a los demás, de reconocer la variedad de sentimientos, aun cuando no está de acuerdo, demostrando que los conflictos se pueden manejar de manera constructiva a través de la escucha y la comprensión de los distintos puntos de vista y lo aplica a diversas situaciones personales, familiares, entre amigos y en la escuela.

Empatía: 3. Reconocer prejuicios	Se centra en el reconocimiento de las ideas, pensamientos, creencias y sentimientos, propios y de los demás, en relación a las personas y comunidades que son diferentes a sí mismo, valorando la dignidad de la persona y el bien mayor que les une.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce que las personas somos diferentes en la forma en que nos vemos y cómo nos comportamos.	Distingue, a través de la mediación de la educadora, lo que le gusta de lo que no le gusta en él y en los demás, relacionando las similitudes y diferencias, sin establecer juicios de valor.	1º Se reconoce como miembro de una comunidad, identificando sus características propias y las diferencias con los demás. 2º Aprecia las diferencias como una oportunidad de crecimiento y aprendizaje.	3º Es capaz de reconocerse e interpelarse en el otro, comprendiendo los distintos puntos de vista. 4º Analiza el impacto de los estereotipos y prejuicios en sus dinámicas sociales y de contexto.	5º Evalúa las causas y consecuencias de los estereotipos y prejuicios comunes asociados a la inclusión y aceptación de las diferencias, para favorecer una convivencia positiva y una cultura de la paz. 6º Argumenta de qué manera las diferencias entre personas se convierten en fortalezas y retos dentro de una familia o de una comunidad.	1º Comprende los derechos humanos y de la Doctrina Social de la Iglesia como medio de encuentro entre las personas, las culturas y las comunidades. 2º Valora los derechos humanos y de la Doctrina Social de la Iglesia como medio de encuentro entre las personas, las culturas y las comunidades reconociendo que se vale disentir, pero es necesario negociar para llegar a acuerdos. 3º Argumenta y plantea soluciones, sobre las consecuencias, a corto, mediano y largo plazo, de la descalificación y exclusión de las personas en diversos contextos: personales, culturales, políticos y sociales.

Empatía: 4. Sensibilidad y apoyo a otros	Capacidad de despertar sentimientos de interés, solidaridad y cuidado hacia otras personas, especialmente a las más vulnerables, dando una respuesta proactiva y afectiva a la situación del otro más que a la propia.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Se acerca a otros, de manera espontánea, cuando percibe que lo necesitan reconociendo, con la guía de la educadora, su preocupación empática.	Reconoce cuando alguien necesita ayuda y la proporciona y en caso de no poder hacerlo, busca ayuda.	1º Identifica situaciones en las que se ha sentido excluido o maltratado y cuando ha participado en situaciones que han hecho sentir mal a alguien más. 2º Reconoce que las personas experimentan malestar o dolor emocional en situaciones de maltrato, discriminación o exclusión y sensaciones de bienestar cuando se les incluye.	3º Identifica las palabras, acciones, gestos, actitudes, etc. que promueven la inclusión o exclusión de otros, analizando las consecuencias de los mismos. 4º Evalúa posibles acciones y obstáculos para aliviar el malestar propio o el de otros al ser excluidos o maltratados.	5º Analiza la condición de otras personas, en situación de vulnerabilidad, reconociendo la posibilidad de aliviar su dolor mediante la generación de experiencias de bienestar. 6º Se involucra, proactivamente, en acciones para brindar apoyo a personas o grupos vulnerables, reconociendo y validando las emociones que se generan a partir de dicha intervención.	1º Es capaz de reconocer los distintos puntos de vista y comprender, desde la posición del otro, los sentimientos y argumentos que conforman su postura. 2º Promueve acciones y actitudes que favorecen la inclusión y el respeto, dentro y fuera de la escuela, y es sensible a las manifestaciones propias o ajenas de discriminación. 3º Planea acciones preventivas frente a la exclusión y la discriminación y evalúa la eficacia de sus acciones, sentimientos y actitudes hacia la inclusión, respeto y colaboración tanto dentro como fuera de la escuela.

Empatía: 5. Cuidado de otros	Se refiere al cuidado de la casa común y a poner los medios para revertir el daño.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Observa y cuida a los seres vivos como parte de su ecosistema.	Entiende que los seres vivos son importantes para el mundo y también para él.	1º Comprende la importancia del cuidado de los seres vivos y las consecuencias de no cuidarlos. 2º Reconoce a la casa común como el lugar donde se gesta y desarrolla la vida, y se ve a sí mismo como corresponsable del cuidado de esta.	3º Identifica, junto con sus compañeros, acciones de respeto, cuidado y consideración (protección del medio, responsabilidad sobre este y acciones encaminadas al cuidado de los recursos) hacia todos elementos que constituyen la casa común. 4º Argumenta sobre la responsabilidad propia, de sus compañeros y familia en el cuidado de la casa común y es capaz de predecir qué pasaría si no la cuidara (efectos del cambio climático, corresponsabilidad del cuidado y protección del medio y del ecosistema).	5º Genera y pone en marcha acciones preventivas y del cuidado de la casa común que impacten a su familia y comunidad (acciones como la triple R, cuidar el uso de la energía, ahorrar agua, tirar la basura en su lugar, entre otros). 6º Evalúa el impacto de los resultados de estrategias preventivas y correctivas sobre el cuidado de la casa común que impacten a su familia y comunidad proponiendo acciones de mejora.	1º Promueve y colabora en acciones de cuidado hacia la casa común, tanto a nivel local, campañas de cuidado del medio, trabajo con organizaciones locales como viveros y zoológicos, entre otras. 2º Evalúa el impacto de los resultados de estrategias preventivas y correctivas sobre el cuidado de la casa común a nivel local y nacional, proponiendo acciones de mejora y revertir los daños. 3º Investiga sobre distintas iniciativas locales, nacionales o internacionales de cuidado de la casa común y establece comunicación con grupos afines locales, nacionales e internacionales para revertir los daños actuales.

e. Habilidades Sociales

Competencia que atiende:

1. Autogestiona y gestiona situaciones de **bienestar personal** y **prosocial**, potenciando su desarrollo personal, social y académico, con un **sentido de trascendencia** como elemento constitutivo de su **proyecto de vida** y de su **liderazgo**.

Ámbito:

Habilidades Sociales.

Definición del ámbito:

Conjunto de competencias que un individuo puede tener, en su entendimiento de los diversos códigos sociales, sus actitudes y/o expresiones en sociedad.

Aprendizajes esperados del ámbito:

Que el estudiante:

- Sea capaz de establecer relaciones interpersonales armónicas.
- Logre la construcción del “nosotros” para la búsqueda de logros comunes en beneficio de todos.
- Sea capaz de establecer un puente entre la educación en valores y la educación emocional.
- Sea capaz de colaborar para la consecución de un objetivo.
- Sea capaz de enfrentarse a dificultades y salir fortalecido de ellas (resiliencia).
- Valore el papel de las habilidades sociales en el trabajo colaborativo.
- Desarrolle habilidades de comunicación asertiva, responsabilidad, inclusión, manejo de conflictos e interdependencia para saber convivir y generar comunidades de aprendizaje y formación continua.
- Valore y sea capaz de vivir los códigos de comportamiento éticos y sociales y códigos de educación.
- Desarrolle competencias de ciudadanía digital.

Funciones del ámbito:

El empatía le permite:

- Expresar sus sentimientos, necesidades y opiniones para lograr el bienestar personal que es el primer paso para una mayor integración social.
- Interactuar y relacionarse con los demás de forma armónica para la consecución de metas grupales que busquen el bien común.
- Prevenir, manejar y resolver conflictos interpersonales de una manera responsable y constructiva.
- Cooperar, esperar turno, compartir en situaciones de grupo, mantener actitudes de amabilidad y respeto a los demás.
- Ser asertivo, manteniendo un comportamiento equilibrado, entre la agresividad y la pasividad, haciendo frente a la presión de grupo y evitar situaciones en las cuales uno puede verse coaccionado.
- Ser capaz de negociar, lo que implica la disposición para resolver conflictos en un ambiente de paz, considerando la perspectiva y los sentimientos de los demás.
- Apreciar y respetar a los otros en su singularidad, reconociendo que la diversidad genera riqueza y creatividad.
- Generar ambientes de sana convivencia y prosociabilidad.

Sub-ámbitos del empatía:

1. Comunicación asertiva
2. Responsabilidad
3. Inclusión
4. Resolución de conflictos
5. Interdependencia
6. Convivencia pacífica
7. Interculturalidad
8. Ciudadanía digital

Colaboración: 1. Comunicación asertiva	Capacidad de entablar un diálogo, de hacer solicitudes o peticiones y dar respuestas a las mismas, a partir de escuchar activa y atentamente al otro, al tiempo que se exponen los propios sentimientos y puntos de vista de una manera clara pero respetuosa.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Aprende a escuchar a la maestra, haciendo contacto visual y atendiendo cuando ella, un compañero u otro adulto se dirigen a él con una intencionalidad comunicativa; hace solicitudes o peticiones de manera respetuosa.	Expresa con seguridad sus ideas ante sus compañeros, en caso necesario, las defiende explicando por qué son importantes. Propone ideas y considera las de los demás cuando trabaja en equipo y/o en grupo.	1º Presta atención a las necesidades y propuestas de sus compañeros para lograr un consenso en un trabajo colaborativo. 2º Escucha las demandas de los compañeros, hermanos o padres de familia y es capaz de decirlas con sus propias palabras, propiciando un trabajo colaborativo exitoso.	3º Toma el uso de la palabra respetando los turnos de participación y tiempos de espera en un ambiente de colaboración, utilizando habilidades de escucha para identificar los sentimientos y perspectivas de los demás. 4º Expone sus ideas y su punto de vista de una manera respetuosa y clara, escuchando las de sus pares o adultos, para generar ambientes de colaboración sana y productiva. Es capaz de responder si o no ante peticiones de sus pares o adultos, logrando una comunicación asertiva (no pasiva-no agresiva).	5º Argumenta sus ideas y puntos de vista de una manera respetuosa y clara, considera las ideas de los demás para generar espacios de trabajo colaborativo. 6º Genera ideas y proyectos con sus compañeros, considerando las aportaciones de todos, solicitando extensión de información en caso necesario para tener mejores resultados como equipo o grupo. Da respuesta a la toma de decisiones en el trabajo colaborativo, enunciando la postura personal, los hechos de manera puntual y estableciendo las acciones que se llevarán a cabo en un futuro.	1º Practica y valora la escucha activa para entender los argumentos y puntos de vista de un interlocutor durante el diálogo y en la generación de proyectos, al mismo tiempo expresa sus puntos de vista y argumentos, generando apertura para enriquecer el trabajo colaborativo. 2º Establece acuerdos y dialoga de manera respetuosa y tolerante, considerando las ideas de otros, aunque no sean afines a las propias, y evita hacer comentarios, actitudes y posturas ofensivas (lenguaje verbal-no verbal). 3º Utiliza habilidades de conversación para entender sus sentimientos y los de los otros, las emociones y las perspectivas de ambos, los puntos de vista en los que convergen o divergen, a través de la escucha y el diálogo respetuoso.

Colaboración: 2. Responsabilidad	Capacidad para responder, libremente, por el cumplimiento de una tarea, o hacerse cargo de otra persona, partiendo de la autonomía y la autorregulación.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Realiza sus actividades con interés y logra concluir las, respondiendo con gusto a la invitación de sus compañeros, con apoyo de la educadora.	Colabora responsablemente con otros compañeros para lograr una meta común, siguiendo indicaciones explícitas y aplicando normas para compartir con sus compañeros, tanto materiales de trabajo como responsabilidades asignadas.	1º Reconoce que en un grupo todos deben cumplir con lo que se comprometen para lograr una meta común, tanto tareas como roles asignados. 2º Cumple puntualmente con la tarea que le corresponde en un trabajo colaborativo, asumiendo el rol que le han asignado.	3º Reconoce y asume las consecuencias de sus errores y contribuciones al trabajar en equipo, promoviendo con su actitud positiva el logro de las metas comunes propuestas. 4º Analiza y propone distintas formas de colaborar, ejecutar y culminar un trabajo en común, tanto en su casa como en la escuela.	5º Acuerda con sus compañeros un plan de trabajo, estableciendo y valorando las acciones para lograr las metas propuestas. 6º Realiza y evalúa el trabajo en equipo reconociendo los aciertos y errores para establecer en conjunto un plan de mejora.	1º Realiza y evalúa las tareas que le corresponden en un trabajo colaborativo en distintos ámbitos de su vida, y las cumple en el tiempo y forma establecidos. 2º Propone, ejecuta y valora planteamientos originales y pertinentes para propiciar y enriquecer el trabajo colaborativo. 3º Evalúa sus actitudes y desempeño y las consecuencias personales y sociales que se derivan de cumplir o incumplir compromisos en el trabajo colaborativo.

Colaboración: 3. Inclusión	Capacidad de apreciar y respetar la diversidad como fuente de la riqueza y creatividad de la interacción social para fomentar la aceptación, respeto, ayuda, integración y colaboración.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Ofrece ayuda a quien lo necesita, mostrando interés o pidiendo apoyo para el otro.	Convive, juega y trabaja con distintos compañeros en situaciones cotidianas o problemáticas. Propone acuerdos, a través de la mediación, para la convivencia, el juego o el trabajo.	1º Reconoce lo que él mismo y cada participante, con sus diferencias, pueden ofrecer para el logro de una meta común, aceptando con respeto las aportaciones o puntos de vista de los otros. 2º Muestra disposición al dar y recibir ayuda de los demás para la realización de un proyecto en común, respetando y considerando las aportaciones o ideas de cada miembro del equipo o del grupo, aunque sean diferentes a las propias.	3º Promueve que todos los integrantes de un equipo queden incluidos para definir y asignar las tareas y los roles en un trabajo colaborativo, respetando y valorando sus contribuciones para el logro de metas comunes. 4º Valora las ventajas de la pluralidad al trabajar en equipo, promoviendo la participación de todos, tanto en ideas como en acciones, para el logro de objetivos y proyectos comunes.	5º Decide con sus compañeros la mejor forma de realizar el trabajo y de incluir a todos los integrantes de un equipo, estableciendo con claridad normas de convivencia y respeto por el trabajo de cada uno. 6º Analiza los patrones de sexo y reconoce las fortalezas y las áreas de oportunidad de todos sus compañeros al llevar a cabo un trabajo colaborativo, contribuyendo con ello al logro de acuerdos para que todos aporten y participen con sus talentos en la consecución de la meta común.	1º Reconoce que todos tienen experiencias y/o puntos de vista diferentes, por lo que ofrece su ayuda a los compañeros que la necesitan para sacar adelante un proyecto común. 2º Busca consenso a través de la argumentación y/o preocupación empática para poder descartar, incorporar y/o encontrar puntos de unión de las distintas aportaciones de los miembros del grupo. 3º Promueve y genera un ambiente de colaboración y valoración de la diversidad en proyectos escolares, comunitarios y/o deportivos que buscan el bienestar colectivo.

Colaboración: 4. Resolución de conflictos	Capacidad de trabajar en el manejo de conflictos, buscando colaborativamente la mejor solución ante una discrepancia de puntos de vista o de necesidades, adoptando una actitud de “ganar-ganar”, o de satisfacción y bienestar para ambas partes, con apoyo de otras habilidades sociales como la comunicación asertiva, el respeto, la responsabilidad y la solidaridad.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce, con la guía de la educadora, que se presentan conflictos y se pueden resolver de manera pacífica.	Resuelve, con ayuda de la educadora, conflictos mediante el diálogo al participar en juegos y otras actividades en equipo o grupales, aprendiendo a respetar las reglas y los acuerdos establecidos.	1º Escucha las necesidades de sus compañeros y expresa las propias, cuando se presenta un conflicto, proponiendo y respetando acuerdos para la convivencia, el juego o el trabajo. 2º Establece un diálogo con apoyo de un adulto, con el propósito de llegar a un acuerdo o solución de conflictos.	3º Identifica y reflexiona acerca de actitudes y comportamientos que conllevan a una situación conciliadora o conflictiva, de tal manera que propone y respeta acuerdos para el beneficio común. 4º Muestra una actitud de apertura y flexibilidad para modificar su punto de vista al tratar de resolver un conflicto, reconociendo sus acciones y las de los otros para el logro del bien común.	5º Decide, en conjunto con sus compañeros, la mejor forma de resolver un conflicto en la que todos se sientan escuchados y respetados; pide ayuda de un adulto cuando es necesario. 6º Responde a la provocación o la ofensa de una manera pacífica y toma medidas preventivas para evitar el conflicto, estableciendo condiciones para generar un diálogo asertivo y encontrar soluciones conjuntas.	General: Experimenta y define la presión de grupo inapropiada y evalúa estrategias para resistirse a ella y actuar en consecuencia. 1º Identifica las causas y consecuencias de un problema, las necesidades y la situación emocional de él y sus compañeros, para buscar la solución apropiada de conflictos. 2º Actúa como mediador y busca llegar a acuerdos justos y respetuosos para las partes involucradas en situaciones de conflicto; si él es quien lo genera tiene apertura para reconocerlo, autoevaluarse y proponer mejoras personales. 3º Evalúa, de manera individual y colaborativa, alternativas de solución a una situación de conflicto, aplicando técnicas de negociación para lograr beneficios comunes (ganar-ganar).

Colaboración: 5. Interdependencia	Capacidad de concebirse a sí mismo como parte de un sistema de intercambio y sostenimiento mutuo, siendo consciente de que la autonomía siempre es relativa, ya que para sobrevivir, los seres humanos necesitamos inevitablemente de los demás.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Atiende, escucha a sus compañeros y espera su turno, con guía de la educadora, al participar en diferentes actividades que involucre la relación con sus compañeros.	Escucha, toma en cuenta y respeta sus ideas y opiniones, así como las de los demás al participar en actividades de equipo y/o grupales.	1º Reconoce la importancia de ayudarse los unos a los otros para el logro de objetivos y metas comunes. 2º Identifica la manera en que cada uno contribuye positivamente a la consecución de una meta común.	3º Acepta la ayuda y aportaciones que recibe de los demás y se pone al servicio de los otros, reconociendo los talentos de cada uno. 4º Contribuye a crear un ambiente de respeto y colaboración, mostrando disposición para ayudar, escuchar y colaborar con los demás para el logro de objetivos y metas comunes.	5º Colabora y se involucra de manera proactiva y responsable en las situaciones cotidianas, en las que se valore la diversidad y la necesidad de ayuda de todos los involucrados para el logro del bienestar común. 6º Participa activamente y evalúa el proceso del trabajo colaborativo, contribuyendo de manera equitativa a enriquecerlo, respetando, agradeciendo y valorando sus aportaciones y la de los otros.	1º Asume su responsabilidad al tomar decisiones grupales comprometiéndose a lo que cada miembro del equipo aporta y mostrando una actitud de cooperación, reconocimiento y respeto hacia los demás. 2º Reconoce la importancia de la vinculación con las personas y encamina sus acciones desde una visión sistémica para buscar y alcanzar metas comunes. 3º Lleva a la práctica iniciativas que promuevan la solidaridad y la reciprocidad para el bienestar colectivo, reconociendo el valor y los talentos de él y de los otros como base para la promoción, reflexión y valoración del trabajo colaborativo.

Colaboración: 6. Convivencia pacífica	Capacidad para buscar soluciones a los conflictos creando climas de paz, escuchando y dando la palabra a los otros, evitando la imposición de ideas o posturas, logrando acuerdos a través del diálogo, la tolerancia y el respeto entre los miembros de un grupo.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Respeto a la persona y sus pertenencias, con apoyo y guía de la educadora.	Identifica formas de trabajar, dialogar y jugar bien con los demás, tanto dentro como fuera del aula.	1º Reconoce el valor de escuchar, respetar las ideas del otro y esperar su turno para hablar, generando espacios de diálogo que promueven la convivencia pacífica. 2º Identifica las estrategias que le permiten solucionar conflictos de manera pacífica, procurando hacer y mantener amistades para vivir en comunidad.	3º Promueve el trabajo colaborativo y la escucha activa para crear espacios de convivencia pacífica dentro y fuera del aula. 4º Analiza y pone en práctica formas positivas de escucha y diálogo, para establecer relaciones saludables con los demás.	5º Evalúa su contribución en los equipos o grupos de trabajo, para potenciar climas de paz y diálogo que contribuyan al logro de objetivos comunes. 6º Evalúa los efectos de solicitar el apoyo de otros y prestarlo a los demás para buscar soluciones pacíficas a los conflictos.	1º Planifica e implementa estrategias de diálogo y solución de conflictos para apoyar a otros y poner sus talentos al servicio de los demás y en pos del bien común. 2º Evalúa su participación y papel como gestor de paz dentro y fuera del aula. 3º Crea espacios de diálogo que transforman su entorno y permiten el entendimiento y la colaboración entre grupos diversos para enriquecer sus experiencias de aprendizaje.

Colaboración: 7. Interculturalidad	Capacidad para construir relaciones equitativas entre personas, comunidades y culturas, con base en el diálogo, en igualdad de condiciones, promoviendo el encuentro e intercambio de ideas para favorecer la identidad propia y el desarrollo, cuidado, mantenimiento y reparación del planeta, nuestra casa común.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Reconoce, con ayuda de la educadora, similitudes y diferencias entre sí mismo y los otros, para aprender de ello y enriquecer sus habilidades sociales.	Reconoce cualidades positivas en los demás y en sí mismo, para establecer similitudes y diferencias que contribuyan a la riqueza de la comunidad y de su entorno (casa y escuela).	1º Describe las diferencias que tiene en relación con los otros miembros de su equipo o grupo, para aprender a respetarlas, trabajando colaborativamente para el cuidado de la persona y de la casa común. 2º Contribuye al cuidado y resarcimiento de la casa común, a través del respeto de la persona y de los bienes naturales y sociales.	3º Reconoce cómo las diferencias individuales, sociales y culturales enriquecen a la comunidad y el logro de objetivos comunes, como el cuidado de la casa común. 4º Analiza los efectos de distintos grupos en el cuidado de la casa común y propone alternativas de solución y mejora con el fin de resarcir el daño.	5º Promueve la inclusión y equidad, aceptando la diversidad y evitando estereotipos, cuidando el bienestar de todos para propiciar un sano ambiente de aprendizaje. 6º Analiza el impacto de los estereotipos y los prejuicios entre culturas y propone estrategias para combatirlos, contribuyendo al cuidado y preservación de la casa común.	1º Propone estrategias sustentables para resolver problemas de su entorno y valorar su impacto positivo en la casa común. 2º Promueve acciones que permitan construir acuerdos y vínculos entre distintos escuelas, grupos, etnias, en pro de un objetivo común, a través del diálogo y la colaboración. 3º Moviliza acciones para el encuentro e intercambio entre personas y culturas, permitiendo un crecimiento personal y comunitario, así como la defensa de los derechos de las personas y del planeta para contribuir al bien común.

Colaboración: 8. Ciudadanía digital	Capacidad de comprender los riesgos y responsabilidades que implica vivir, aprender y trabajar, individual y colaborativamente, en un mundo digital, promoviendo el autocuidado, haciendo uso ético y responsable de la información y la tecnología.					
	B2 y B3	K1, K2 y K3	1º, 2º primaria	3º Y 4º primaria	5º y 6º primaria	Secundaria
Indicador de logro	Usa dispositivos tecnológicos como apoyo de su proceso de aprendizaje bajo la guía de la educadora para resguardar su seguridad.	Identifica programas digitales, a través de la mediación, que le permiten jugar y aprender, individual o colaborativamente, respetando las normas de uso y seguridad establecidas por el docente y la institución.	1º Reconoce, con la guía del docente, que la tecnología debe usarse de manera ética y responsable como medio de información y aprendizaje. 2º Identifica y pone en práctica, con la guía del docente, un comportamiento social y ético positivo al utilizar tecnología para realizar alguna actividad académica o lúdica que le permita aprender de forma individual o interactuando con otros.	3º Identifica comportamientos adecuados e inadecuados al usar la tecnología de manera ética, mostrando una participación segura y responsable dentro y fuera del aula. 4º Comprende el código Netiquette como un comportamiento socialmente aceptado para interactuar en el mundo digital y lo pone en práctica al usar, solo o con otros, medios y recursos tecnológicos.	5º Reconoce la relevancia de la “huella digital” y su impacto en su seguridad, su reputación y la de los demás, mostrando habilidades sociales y éticas, al usar o interactuar con medios y recursos tecnológicos. 6º Valora su propio comportamiento y el de sus compañeros, proponiendo medidas para hacer un uso ético y responsable de la tecnología, en particular de las redes sociales e internet.	1º Respeta las ideas propias y las de los demás, la seguridad de su persona, su familia y su comunidad, protegiendo su integridad física, psicológica, social y espiritual, procurando experiencias de bienestar, éticas y responsables en el uso de la tecnología, en particular de las redes sociales e internet. 2º Se responsabiliza del efecto de la tecnología en su integridad física, psicológica, social y espiritual; velando por su seguridad y la de los demás, a través del uso ético de la información y la tecnología, en particular de las redes sociales e internet. 3º Elige actuar libre y éticamente al emplear la tecnología, consciente de las implicaciones legales del uso de la información personal o de otros, del internet y las redes sociales.

Cierre

El modelo educativo y pedagógico de la Red de Colegios Semper Altius tiene como misión formar personas íntegras, líderes cristianos que renueven la sociedad, cuya parte esencial es potenciar las capacidades específicamente humanas entre las que se encuentran las habilidades socioemocionales.

El Practicum de Educación Socioemocional es innovador porque:

- Aborda, de una manera sistemática, gradual e intencional, el desarrollo de las habilidades socioemocionales en un programa.
- Propone el trabajo de las competencias tanto en la materia de Educación Socioemocional como de manera transversal a lo largo del desarrollo del currículum, por todos los docentes y formadores, desde el nivel inicial y hasta la educación media superior.
- Favorece el desarrollo socioemocional, de manera formal, en las clases destinadas para ello y de manera informal, en la intervención oportuna del docente o formador para promover en el alumno la resolución de situaciones o experiencias de la vida cotidiana, que genere aprendizajes para la vida.
- Busca la potencialización de las habilidades socioemocionales para la búsqueda del bienestar personal y social, para colaborar en la construcción de su identidad y de un plan de vida para lograr su plenitud humana.
- Proporciona herramientas para la reflexión sobre las experiencias de la vida cotidiana de los alumnos, por lo cual no está sujeto a un libro o recurso específico, sino al contexto personal y social de la persona y la comunidad en la que está inmerso (familia, escuela, sociedad).
- Orienta las acciones evaluativas con referentes específicos para lograr el análisis, la reflexión y la mejora de la persona, fin de la misión de nuestro modelo pedagógico.
- Impulsa la alianza con los padres de familia para lograr la formación integral de sus hijos, ofreciendo propuestas concretas para el desarrollo de las competencias socioemocionales desde una perspectiva de la personalización del aprendizaje.

El docente y el formador son agentes clave para el desarrollo de las competencias socioemocionales, por lo que es necesario que propiciemos la formación intencional de estas en ellos, para poder impulsar y enriquecer su práctica educativa, así como fortalecer el modelaje de las habilidades socioemocionales para reflejarlas en sus alumnos. La persona es perfectible, la propuesta educativa de la Red de Colegios Semper Altius, sigue poniendo énfasis en la educación continua de alumnos, docentes, formadores y directivos, quienes necesitan reconocimiento, apoyo, contención y acompañamiento para lograr su plenitud humana, que se logra en gerundio: a amar, amando, a enseñar, enseñando y a acompañar, acompañando, como parte de la corresponsabilidad propia de una comunidad que busca el bien común.

Anexos

A continuación, se muestran unas tablas de estándares que pueden servir como referentes para poder detonar instrumentos de evaluación para detonar acciones de observación y lograr orientar el desarrollo de las habilidades socioemocionales.

Se anexan solo dos cuadros como ejemplo para orientar el desarrollo de las otras habilidades, con base en la propuesta de Rafael Bisquerra (2016):

C. AUTONOMÍA DEMOSTRAR HABILIDADES PARA TOMAR DECISIONES Y ADOPTAR COMPORTAMIENTOS RESPONSABLES EN CONTEXTOS PERSONALES, ESCOLARES Y COMUNITARIOS.					
ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE	EARLY ELEMENTARY (3 – 9 años)	LATE ELEMENTARY (10 – 11 años)	MIDDLE / JR. HIGH (12 – 14 años)	EARLY H. S. (15 – 16 años)	LATE H. S. (17 – 18 años)
A. CONSIDERAR OS FACTORES ÉTICOS, DE SEGURIDAD Y SOCIALES EN LA TOMA DE DECISIONES	Explicar por qué actos no provocados que perjudican a los demás están mal. Identificar las normas sociales y las consideraciones de seguridad que guían el comportamiento.	Demostrar la capacidad de respetar los derechos propios y ajenos. Demostrar conocimiento de cómo las normas sociales afectan la toma de decisiones y el comportamiento.	Evaluar cómo la honestidad, el respeto, la justicia y la compasión le permiten a uno tomar en consideración las necesidades de los demás a la hora de tomar decisiones. Analizar las causas de las reglas en la escuela y en la sociedad.	Demostrar responsabilidad personal en la toma de decisiones éticas. Evaluar cómo las normas sociales y las expectativas de la autoridad influyen en las decisiones y las acciones personales.	Aplicar el razonamiento ético para evaluar las prácticas sociales. Examinar cómo las normas de diferentes sociedades y culturas influyen en las decisiones y comportamientos de sus miembros.
B. APLICAR LAS HABILIDADES DE TOMA DE DECISIONES PARA HACER FRENTE DE MANERA RESPONSABLE A SITUACIONES ACADÉMICAS Y SOCIALES DIARIAS.	Identificar una serie de decisiones que los estudiantes toman en la escuela. Tomar decisiones positivas en la interacción con los compañeros de clase.	Identificar y aplicar las fases de la toma de decisiones sistemática. Generar soluciones alternativas y evaluar sus consecuencias para una serie de situaciones académicas y sociales.	Analizar cómo las habilidades de toma de decisiones mejoran los hábitos de estudio y el rendimiento académico. Evaluar las estrategias de resistencia a las presiones para participar en actividades peligrosas o poco éticas.	Evaluar las capacidades personales para recopilar la información, generar alternativas y anticipar las consecuencias de las decisiones. Aplicar las habilidades de toma de decisiones para establecer relaciones sociales y laborales responsables.	Analizar cómo la toma de decisiones actuales afecta a las futuras opciones de estudios y profesionales. Evaluar cómo la toma de decisiones responsables afecta las relaciones interpersonales y de grupo.
C. CONTRIBUIR AL BIENESTAR DE LA ESCUELA Y DE LA COMUNIDAD	Identificar y realizar funciones que contribuyen positivamente a la propia clase. Identificar y representar roles que contribuyen positivamente a la propia familia.	Identificar y realizar funciones que contribuyen positivamente a la comunidad escolar. Identificar y realizar funciones que contribuyen positivamente a la comunidad local.	Evaluar la propia participación en los esfuerzos dirigidos a hacer frente a una necesidad escolar identificada. Evaluar la propia participación en los esfuerzos para hacer frente a una necesidad identificada en la comunidad local.	Planificar, implementar y evaluar la propia participación en actividades y organizaciones que mejoran el clima escolar. Planificar, implementar y evaluar la propia participación en un esfuerzo de grupo para contribuir positivamente a la comunidad local.	Trabajar cooperativamente con otros con el fin de planificar, implementar y evaluar un proyecto para satisfacer una necesidad escolar identificada. Trabajar cooperativamente con otros para planificar, implementar y evaluar un proyecto que aborda una necesidad identificada en la comunidad en general.

E. HABILIDADES SOCIALES

USAR LA CONCIENCIA SOCIAL Y LAS HABILIDADES INTERPERSONALES PARA ESTABLECER Y MANTENER RELACIONES POSITIVAS

ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE	PREESCOLAR Y PRIMARIA INFERIOR (3 – 9 años)	PRIMARIA SUPERIOR (10 – 11 años)	SECUNDARIA (12 – 14 años)	BACHILLERATO (15 – 16 años)	BACHILLERATO (17 – 18 años)
A. RECONOCER LOS SENTIMIENTOS Y PERSPECTIVAS DE LOS DEMÁS.	Reconocer que los otros pueden experimentar las situaciones de manera diferente a uno mismo. Utilizar habilidades de escucha para identificar los sentimientos y perspectivas de los demás.	Identificar señales verbales, físicas y situacionales que indican cómo los otros se pueden sentir. Describir los sentimientos y perspectivas expresados por los demás.	Predecir sentimientos y perspectivas de los demás en una variedad de situaciones. Analizar cómo el propio comportamiento puede afectar a otros.	Analizar las semejanzas y diferencias entre la perspectiva propia y la de los demás. Utilizar habilidades de conversación para entender los sentimientos y perspectivas de los demás.	Demostrar cómo expresar la comprensión de aquellos que tienen opiniones diferentes. Demostrar formas de expresar empatía con los demás.
B. RECONOCER SIMILITUDES Y DIFERENCIAS INDIVIDUALES Y DE GRUPO.	Describir en qué formas las personas son similares y diferentes. Describir cualidades positivas en los demás.	Identificar las diferencias entre diversos grupos sociales y culturales y sus contribuciones mutuas. Demostrar cómo se puede trabajar eficazmente con los que son diferentes de uno mismo.	Explicar cómo las diferencias individuales, sociales y culturales pueden aumentar la vulnerabilidad al acoso, e identificar maneras de abordarlo. Analizar los efectos de adoptar medidas para oponerse al acoso según las diferencias individuales y de grupo.	Analizar los orígenes y los efectos negativos de los estereotipos y los prejuicios. Demostrar respeto por las personas de grupos sociales y culturales diferentes.	Evaluar las estrategias para ser respetuoso con los demás y oponerse a los estereotipos y prejuicios. Evaluar cómo la defensa de los derechos de los demás contribuye al bien común.
C. CONTRIBUIR AL BIENESTAR DE LA ESCUELA Y DE LA COMUNIDAD	Identificar formas de trabajar y jugar bien con los demás. Demostrar comportamiento social apropiado y también en el aula.	Describir métodos para hacer y mantener amigos. Analizar maneras de trabajar efectivamente en grupos.	Analizar las formas de establecer relaciones positivas con los demás. Demostrar cooperación y trabajo en equipo para promover la eficacia del grupo.	Evaluar los efectos de solicitar el apoyo de otros y de prestarlo a los demás. Evaluar la propia contribución en los grupos, como miembro y como líder.	Evaluar la aplicación de la comunicación y las habilidades sociales en las interacciones diarias con los compañeros, maestros y familiares. Planificar, implementar y evaluar la participación en un proyecto de grupo.

ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE	PREESCOLAR Y PRIMARIA INFERIOR (3 – 9 años)	PRIMARIA SUPERIOR (10 – 11 años)	SECUNDARIA (12 - 14 años)	BACHILLERATO (15 – 16 años)	BACHILLERATO (17 – 18 años)
D. DEMOSTRAR CAPACIDAD PARA PREVENIR, GESTIONAR Y RESOLVER CONFLICTOS INTERPERSONALES DE MANERA CONSTRUCTIVA	Identificar problemas y conflictos experimentados habitualmente por los compañeros. Identificar enfoques para la resolución de conflictos.	Describir las causas y consecuencias de los conflictos. Aplicar enfoques constructivos en la resolución de conflictos.	Evaluar estrategias para la prevención y resolución de problemas interpersonales. Definir la presión de grupo inapropiada y evaluar estrategias para resistirse a ella.	Analizar cómo escuchar y hablar con precisión ayuda en la resolución de conflictos. Analizar cómo las habilidades de resolución de conflictos contribuyen a trabajar dentro de un grupo.	Evaluar los efectos de usar técnicas de negociación para llegar a soluciones que beneficien a todos (win – win). Evaluar las habilidades de resolución de conflictos habituales y planificar la manera de mejorarlas.

Referencias

1. Bisquerra, R. (2015). El universo de las emociones. España: Palau Gea
2. Bisquerra, R. (2015). Inteligencia emocional en educación. España: Síntesis
3. Bisquerra, R. (2016). Ideas clave de educación emocional. Editorial Grau. España.
4. Casel Research. Recuperado el 20 de junio de 2020. <https://casel.org/research/>
5. Cooper, R. y Sawaf A. (2004). La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones. Colombia: Norma.
6. Forés y Grané (2012). La resiliencia en entornos socioeducativos. España: Narcea.
7. Gil Adí, D. (2000). Inteligencia Emocional en Práctica. Venezuela: Mc. Graw Hill.
8. Goleman, D. (2012). La Inteligencia Emocional. México: Planeta.
9. Goleman, D. (2014). La inteligencia emocional en la empresa. México: Editorial Planeta
10. Ideario del colegio del Regnum Christi, 2015, p.12
11. Ryback, D. (1998). Trabaje con su Inteligencia, los factores Emocionales al servicio de la Gestión Empresarial y el Liderazgo Efectivo. España: EDAF
12. Salovey y Mayer (1990). Inteligencia emocional. México: Mc. Graw Hill
13. Uzcategui, L. (1998). El Manual de la Inteligencia Emocional, Emociones Inteligentes: Como se puede se triunfador. Venezuela: Lithopolar Graficas.
14. Valls, A. (1997). Inteligencia Emocional en la Empresa. España: Gestión 2000

RED DE COLEGIOS SEMPER ALTIUS

Oficina Central

Av. Universidad Anáhuac 46, Edificio Biblioteca 9º piso.
Col. Lomas Anáhuac, Huixquilucan. Edo. de México. C.P. 52786.

☎ 55 5950 0160

🌐 www.semperaltius.edu.mx

📘 /semperaltius

🌐 /Red de Colegios Semper Altius

📧 /redsemperaltius

📺 /Red de Colegios Semper Altius